"Comment on fait des bébés ?"

SHUTTERSTOCK

Comment on fait des bébés ? Pour certains parents, cette question est source d'angoisse et de malaise ! Pour eux, parler de sexualité avec les enfants est tabou et délicat. Pour eux, il existe des livres qui font office de médiateurs pour parler de sexualité.

Questions-réponses

Comment aborder la sexualité avec ses enfants ?

Explications et conseils de notre psychologue

À l'heure actuelle, les enfants sont plus vite et mieux informés sur la sexualité qu'auparavant. Cependant, des dérives existent depuis l'arrivée des nouveaux médias comme Internet. Les parents sont souvent un peu perdus face au flot de renseignements parfois tronqués que peut y collecter leur progéniture. Certains d'entre eux ne savent pas comment aborder la sexualité, en fonction de l'âge de leurs enfants. Entre un bambin et un ado, la façon d'en parler change complètement. Anne-Chantal le Polain, psychologue et consultante à l'Espace Parentalité de l'Association F. Dolto, guide pas à pas les parents désireux de donner des repères et d'expliquer la sexualité de façon responsable à leurs petits et grands.

Les ados sont-ils plus précoces qu'il y a 20 ans ? Sont-ils plus développés ?

"Effectivement, de nombreuses études semblent indiquer que les adolescents sont plus précoces physiquement et psychologiquement. Cela raccourcit la période de l'enfance, nécessaire à la formation de la personnalité, et cela ne sera certainement pas sans conséquences. Personnellement, le phénomène des Lolita *m'inquiète car je pense que ces enfants se construisent beaucoup trop dans le regard des autres, dans une relation de séduction. Cela pourrait en faire des adultes très fragiles, sans beaucoup de consistance propre."*

Avec l'influence d'Internet, les ados ont accès en un clic à des images pornos. Ils développent des croyances faussées sur le sexe. Comment leur donner des repères et une image réaliste du sexe, de l'amour ?

"Encore une fois, on constate que si les médias nous apportent beaucoup d'informations utiles, elles déforment aussi notre vision de la vie. Des enquêtes révèlent que certains jeunes influencés par la pornographie et les images véhiculées dans les médias privilégient la performance sexuelle plutôt que la relation amoureuse. Certains jeunes ne prennent plus toujours le temps de désirer suffisamment l'autre, de créer pas à pas une relation empreinte d'affection. Il leur faut à tout prix jouir et consommer rapidement le partenaire. Donner des repères aux jeunes par rapport à leur sexualité est le fruit d'une lente éducation au désir. L'enfant, dès qu'il est né, doit renoncer à certains plaisirs immédiats afin d'accéder à des plaisirs plus valorisés socialement. Il va donc apprendre à tolérer la frustration afin d'accéder après quelques détours à des plaisirs plus durables et importants. Plus tard, quand cet enfant s'éveillera à une sexualité adulte, grâce à la venue de l'adolescence, il en sera de même. Il s'agira de pointer comme repère la rencontre de l'autre plutôt que la jouissance à tout prix. Rencontrer l'autre, lui faire de la place, nécessite de devoir freiner quelque peu ses pulsions et les canaliser. C'est ce que définit finalement le mot respect. *Et le respect ouvre à une sexualité épanouie entre deux êtres différents et en communication."*

Avez-vous des conseils pour les parents pour qui la sexualité est encore taboue ou qui sont trop pudiques pour en parler à leurs enfants ?

"C'est normal d'éprouver quelques difficultés à parler de sexualité avec ses enfants. C'est effectivement fort délicat. Les parents doivent informer leurs enfants tout en préservant leur intimité de couple. L'enfant n'a pas à connaître la vie sexuelle de ses parents. C'est pour cela qu'un livre peut être un bon médiateur pour parler de sexualité entre enfants et parents. Certains livres ont été créés par des professionnels de l'enfance très soucieux de partir des questions de l'enfant sur sa sexualité. Ces questions portent sur l'anatomie des garçons et des filles mais aussi sur comment on fait des bébés. *Les enfants s'interrogent aussi sur ce qu'est l'amour entre un homme et une femme et sur ce qui le différencie de celui entre eux et leurs parents. Ils se demandent* pourquoi naître alors qu'on va mourir *et se posent des question métaphysiques du style* où j'étais avant d'être dans ton ventre ? *Le livre permettra d'aborder un dialogue entre parents et enfants au sujet de toutes ces questions."*

Aurore Dister

Expliquer aux enfants

Anne-Chantal le Polain, psychologue, nous donne quelques clefs pour aborder la sexualité avec son enfant, avec des mots adaptés à son âge. *"À chaque âge, l'enfant aura besoin qu'on réponde à ses questions sur la sexualité. Attention toutefois à ne pas précéder sa pensée en lui donnant des informations qu'il ne peut comprendre et assimiler. A priori, si l'enfant pose une question, c'est qu'il est en mesure d'entendre la réponse. Vers 18 mois, quand l'enfant commence à prendre conscience de son corps, à le toucher, à l'explorer, on peut nommer les parties de son anatomie, dont le sexe. Vers 3 ans, l'enfant va être intrigué par la différence des sexes. Comme le petit garçon a un sexe à l'extérieur, ce sera assez facile pour lui de s'affirmer comme garçon. Pour la petite fille, ce sera différent puisque ses organes génitaux sont à l'intérieur, non visibles. Il s'agira alors de soutenir qu'elle a un sexe mais que celui-ci est caché. À partir de 4 ans, l'enfant commence à poser des questions sur la conception. Pourquoi ne pas s'aider alors d'un petit livre sur le sujet emprunté à la bibliothèque ? Le support d'un livre sera aussi d'un bon recours quand il s'agira, vers 6 ans, d'être plus précis dans les termes utilisés. À côté de l'aspect technique de la sexualité, n'oublions pas d'évoquer le fait que faire l'amour entre adultes consentants est agréable et renforce les relations. Avant d'entrer dans l'adolescence, il s'agira que l'enfant soit parfaitement informé de la sexualité de façon qu'il ne soit pas tenté de suivre des pédophiles ou de commencer des relations sexuelles précoces par curiosité, pour savoir."*

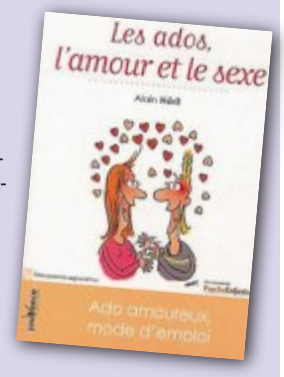
A. D.

EN SAVOIR PLUS

Association F. Dolto
www.associationfdolto.b

Le coin des livres

Un guide pour comprendre et aborder la sexualité avec les adolescents.



À l'heure d'Internet, les jeunes d'aujourd'hui n'ont plus aucune difficulté à accéder à des images pornographiques. Le visionnage de celles-ci entraîne souvent des malentendus, des comportements inadaptés et une appréhension faussée de la réalité sexuelle et sentimentale. Face à ces nouvelles sources d'informations, souvent synonymes de dérives, il est essentiel d'établir un dialogue adéquat avec l'adolescent. Alain Héril, psychothérapeute et sexothérapeute, aborde dans son ouvrage les grandes problématiques de la psychologie de l'adolescence. Véritable mode d'emploi, il aide les parents et les jeunes à comprendre les différents changements physiques et psychologiques que l'on rencontre à la puberté. L'auteur explore également l'image idéalisée et réelle de l'amour que l'on a à 15 ans. Face à l'influence des nouveaux médias, le rôle de l'adulte est de donner des repères solides et pragmatiques au jeune en demande et en question face à sa sexualité, ses envies et ses tabous. Un livre à mettre dans les mains de tous ceux qui veulent comprendre et aider les jeunes à passer ce cap de façon sereine et responsable.

Les ados, l'amour et le sexe, d'Alain Héril. Éditions Jouvence, Collection Maxi-Pratiques.

Aurore Dister

© S.A. IPM 2012. Toute représentation ou reproduction, même partielle, de la présente publication, sous quelque forme que ce soit, est interdite sans autorisation préalable et écrite de l'éditeur ou de ses ayants droit.